

# *DVG-Jahrestagung 31.05.-02.06.2019*

## *in Essen 2019*

### MUT BEDARF DER ANGST

#### DER GESTALTHERAPEUTISCHE ZUGANG ZU EINEM GRUNDLEGENDEN GEFÜHL

#### *Körper-zu-Körper-Kommunikation: Angst und Mut als relationale interkörperliche Empfindungen und Erfahrungen*

Im interkörperlichen Feld beeindruckten TherapeutIn und KlientIn einander. Die Gesten, Kleinstbewegungen, Atemrhythmen, Blicke von KlientInnen sprechen uns unmittelbar körperlich an. Wir alle kennen die Situation, wenn uns eine KlientIn in einer Krisensituation aufsucht und wie wir binnen einer Sekunde genauso atmen wie die KlientIn. Angst steckt an.

Im Workshop geht es um Fragen wie:

Wie können wir mit unseren körperlichen Resonanzen arbeiten? Wie können wir diese unseren Klienten zur Verfügung stellen, so dass sie die Angst mit ein bißchen mehr Abstand anschauen können und so zu einer schrittweisen Regulierung finden können? Wie ist das mit dem Mut? Braucht es für Mut auch zwei Körper? Wie atmen und regulieren sich zwei Körper im Miteinander und Nebeneinander? Wie können interkörperliche Interventionen und Experimente entwickelt werden? Wie können TherapeutIn und KlientIn im interkörperlichen Miteinander so allmählich Mut erahnen und entwickeln?

Im Seminar können implizite und explizite Körperdialoge weiter erforscht werden mit dem Fokus, wie viel wir weitgehend ohne Worte von Körper-zu-Körper sprechen und wie wir diese Kommunikationen weiter explorieren können.

**Julianne Appel-Opper**, Diplom-Psychologin, Psychol. Psychotherapeutin, Registrierte Integrative Gestaltpsychotherapeutin bei UK Council for Psychotherapy, Supervisorin (Univ. of Birmingham, UK). Seit 2001 Lehrbeauftragte an intern. Psychotherapie-Ausbildungsinstituten. Nach 12-jähriger Auslandstätigkeit eigene therapeutische und supervisorische Praxis in Berlin. Gründung, Leitung der Berlin-Fortbildungsserien 'Relational Living Body Psychotherapy' in Englisch.